

ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ МОЛОДЕЖИ

Л.П. Куница, Е.Е. Коваленок

Читинский государственный университет, Россия, lubapk@mail.ru

В настоящее время существует достаточно моделей и программ формирования здорового образа жизни современной молодежи, но анализ научной литературы показывает, что имеются определенные противоречия и трудности в организации этой деятельности [1]. С одной стороны, недостаточное внимание различных структур и ведомств к проблеме организации отдыха и оздоровления студенческой молодежи, с другой стороны, недостаточная активность самих студентов по применению современных оздоровительных технологий, способствующих приобщению к основам здорового образа жизни [2].

Состояние здоровья молодежи – важнейший показатель благополучия общества и государства, не только отражающий настоящую ситуацию, но и дающий точный прогноз на будущее [4]. Трудовые ресурсы страны, ее безопасность, политическая стабильность, экономическое благополучие и морально-нравственный уровень населения непосредственно зависят от состояния здоровья детей, подростков, молодежи.

Социологическое исследование, проведенное среди первокурсников (158 респондентов, генеральная совокупность 1520) Читинского государственного университета, показало, что большинство студентов первокурсников отмечают субъективную важность и ценность здоровья. По мнению большинства (72,5 %) здоровье важно и ценно потому, что «оно является основой жизни», «быть здоровым, значит быть полностью уверенным в себе», «для меня важно прожить долгую и счастливую жизнь», «здоровые родители – здоровые дети», «здоровый организм – залог жизни», «оно самое ценное, что есть у меня», «от здоровья зависит будущее».

Часть молодых людей (20,3 %) отмечали, что здоровье не является для них важной ценностью, обосновывая это тем, что «есть ценности дороже здоровья», «в мире есть вещи, куда более важные», «для меня на первом месте карьера», «с ним у меня все в порядке». Некоторые молодые люди (7,2 %) считают, что беспокоиться о здоровье не имеет смысла, потому что «его и так нет», «об этом беспокоится моя мама», «это не главное в жизни», «я здоров».

Таким образом, явно выражены тенденции в молодежной среде, связанные с непростым процессом осознания важности и ценности здоровья.

Результаты исследования показали отношение и поведение молодых людей к здоровому образу жизни. Выявлено, что 85 % студентов достаточно много знают о здоровом образе жизни. Но при этом 28% из них курят, 33 % хотели бы вести здоровый образ жизни, но на это «времени не хватает» и 34 % студентов ведут здоровый образ жизни.

Проведенное нами исследование формирования здорового образа жизни молодежи позволило констатировать, что в настоящее время процесс социального воспитания молодежи на региональном уровне проработан недостаточно.

В процессе исследования было выявлено:

- 1) у современной молодежи нет целостного понимания сущности здорового образа жизни;
- 2) отсутствует совместная деятельность медицинских, образовательных, культурно-досуговых и правоохранительных органов по формированию образовательной среды, создающей условия для сохранения и улучшения здоровья молодежи;
- 3) на региональном уровне не выделяются необходимые средства на достаточное финансирование существующих программ формирования здорового образа жизни и развитие сети оздоровительных услуг;
- 4) отсутствует мониторинг реального состояния здоровья студенческой молодежи по основным компонентам здоровья и раскрытия социальных, психолого-педагогических причин его ухудшения;

Учитывая вышеизложенное, мы сделали вывод, что потребность в системном решении проблемы, связанной с усилением мер по охране и укреплению здоровья на региональном уровне, определяется также следующими основными обстоятельствами:

- 1) необходимостью ориентации молодых людей на здоровье как социальное свойство личности, обеспечивающее в условиях рыночной экономики конкурентоспособность, благополучие семьи, профессиональное долголетие, обеспеченную старость;
- 2) признанием роли здоровья населения как стратегического потенциала, фактора национальной безопасности, стабильности и благополучия общества;

- 3) необходимостью формирования культуры здоровья молодёжи;
- 4) высокой экономической эффективностью профилактических и оздоровительных программ.

Предупреждение и борьба с социально значимыми заболеваниями возможна только посредством осуществления взаимосвязанного программно-целевого подхода, включающего комплекс взаимосвязанных мероприятий по профилактике, диагностике, лечению, реабилитации при социально значимых заболеваниях людей. Поэтому было принято Постановление Правительства Забайкальского края от 24 ноября 2009 г. N 426 "Об утверждении краевой долгосрочной целевой программы "Предупреждение и борьба с социально значимыми заболеваниями в Забайкальском крае (2010-2012 годы). Потребность в финансировании мероприятий программы составляет 1092449,026 тыс. рублей.

Литература:

1. Валеологическое образование: состояние и пути совершенствования. /Мат. Всерос. научн.–практ. конф. Омск, 1997.
2. Зайцев, Г.К., Колбанов В. В., Колесникова М.Г. Педагогика здоровья: образовательные программы по валеологии. СПб., 1994.
3. Ильин И.А. О воспитании национальной элиты. – М.: Жизнь и мысль, 2001. – С. 171.
4. Леонтьев, К.Н. Византизм и славянство. – М.: Хранитель, 2007. – С.332
5. Брехман И. И. Валеология – наука о здоровье. – М.: ФиС, 1996. – 206 с.